

La ludoteca como promotora de higiene en la escuela

Proyecto de grado de Licenciatura en Educación Básica con énfasis en educación física  
recreación y deportes

César Giovanni Cárdenas Vargas

Andrés Felipe Martínez Ortiz

Directora: Luz Cristina López Trejos



Universidad Libre

Facultad de ciencias de la educación

Licenciatura en Educación Básica con énfasis en educación física recreación y deportes

Bogotá 2018

## Tabla de contenido

|  |    |
|--|----|
| Tabla de contenido .....                       | 2  |
| Tabla de ilustraciones .....                   | 5  |
| Introducción .....                             | 6  |
| Capítulo Uno: Planteamiento del problema ..... | 7  |
| Descripción de la situación problemática ..... | 7  |
| Pregunta de investigación .....                | 9  |
| Objetivos .....                                | 9  |
| Objetivo General .....                         | 9  |
| Objetivos específicos. ....                    | 9  |
| Justificación .....                            | 10 |
| Antecedentes de la investigación .....         | 11 |
| Marco referencial .....                        | 19 |
| Marco teórico .....                            | 19 |
| Educación física .....                         | 19 |
| Ludoteca.....                                  | 19 |
| Higiene .....                                  | 22 |
| Hábitos saludables en la infancia .....        | 22 |
| Marco legal .....                              | 26 |

|   |    |
|---|----|
| Lineamientos curriculares de educación física, recreación y deportes (capítulo 2) ..... | 26 |
| Ley 115 de 1994 Decreto 1860 DE 1994 (agosto 3) .....                                   | 26 |
| Ley 115 de Febrero 8 de 1994, Por la cual se expide la Ley General de Educación .....   | 26 |
| Capítulo dos: Aspectos metodológicos .....  | 28 |
| Enfoque metodológico .....  | 28 |
| Población – Muestra .....   | 28 |
| Instrumentos para la recolección de datos .....   | 29 |
| Observación: .....  | 29 |
| Encuesta con escala Tipo Likert .....   | 29 |
| Diario de campo .....   | 31 |
| Focus Group .....   | 31 |
| Categorías de análisis .....  | 32 |
| Diversidad de hábitos de higiene .....  | 32 |
| Cuidado del cuerpo .....  | 32 |
| Conocimiento del cuerpo .....   | 32 |
| Tipo de juego que ayuda a la apropiación de hábitos de higiene .....                    | 32 |
| Propuesta pedagógica: la higiene te mantiene .....                                      | 33 |
| Introducción .....  | 33 |
| Resumen .....   | 33 |

|  |    |
|--|----|
| Justificación .....  | 34 |
| Objetivos a intervenir.....                                    | 35 |
| General:.....  | 35 |
| Específicos: .....   | 35 |
| Marco referencial .....  | 35 |
| Hábitos de higiene: .....                                      | 35 |
| Ludoteca.....  | 36 |
| Fundamentación pedagógica.....                                 | 36 |
| Contenidos generales del programa y temáticas a abordar: ..... | 38 |
| Conocer mi cuerpo .....  | 38 |
| Sana alimentación .....  | 38 |
| Hábitos de aseo .....  | 38 |
| Actividades físicas para la salud .....                        | 38 |
| Saberme vestir.....  | 39 |
| Cuido mis dientes.....   | 39 |
| Metodología del programa.....                                  | 39 |
| Criterios de evaluación del programa .....                     | 40 |
| Cronograma de actividades.....                                 | 41 |
| Capítulo Tres: Análisis de resultados .....                    | 46 |

|   |    |
|---|----|
| Encuesta tipo Likert .....  | 46 |
| Focus Group:.....   | 52 |
| Categorías de análisis.....   | 53 |
| Diversidad de hábitos de higiene .....                              | 53 |
| Cuidado del cuerpo .....  | 53 |
| Conocimiento del cuerpo y el Género .....                           | 53 |
| Tipo de juego que ayuda a la apropiación de hábitos de higiene..... | 54 |
| Conclusiones .....  | 55 |
| Bibliografía .....  | 57 |

## Tabla de ilustraciones

|  |    |
|--|----|
| Ilustración 1 Pregunta 1 ¿con que frecuencia se lavan los estudiantes la cara? .....                                     | 46 |
| Ilustración 2 Pregunta 2 ¿Con que frecuencia se lavan las manos después de hacer alguna actividad? .....                 | 47 |
| Ilustración 3 Pregunta 3 ¿Antes de recibir el refrigerio los estudiantes asean sus manos? .....                          | 48 |
| Ilustración 4 Pregunta 4 ¿Cuándo empieza la jornada escolar que tan aseados llegan los estudiantes de sus hogares?.....  | 49 |
| Ilustración 5 Pregunta 5 ¿Qué tanto se lavan los dientes los estudiantes después de comer el refrigerio?.....            | 50 |
| Ilustración 6 Pregunta 6 ¿Con que frecuencia el colegio brinda campañas en donde se promueva el aseo y la higiene? ..... | 51 |
| Ilustración 7 Pregunta 7 ¿Qué cantidad de implementos de aseo tiene el colegio para el uso con los estudiantes? .....    | 52 |

## **Introducción**

El siguiente proyecto se realizará con el fin de promover hábitos adecuados de higiene en los estudiantes de transición 1 del Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas. Una de las problemáticas encontradas es que las instituciones no cuentan con un docente titular de Educación Física en los grados de Jardín y Transición. La carencia de un profesor de esta área tiene gran influencia en los patrones básicos, en las conductas sociales y en los hábitos como alimentación, la higiene y la cantidad de actividad física.

La importancia que este ejercicio pedagógico tiene, radica en que dadas las características de la edad de esta población, se hace necesario generar hábitos y conductas tendientes a aprovechar el potencial de aprendizaje en esta etapa.

¿Cómo se pretende eso? Mediante la clase de educación física se pretende dar a los niños bases suficientes para la apropiación de hábitos adecuados referentes a la higiene. En las actividades de las unidades a realizar, se fortalecerán sus hábitos y también sus habilidades básicas.

Con esta intervención, se espera un cambio favorable en el diario vivir de los niños mejorando sus condiciones de higiene para que de esta forma sean menos propensos a enfermarse, a adquirir infecciones y alergias.

Una de las limitaciones que se presentan a la hora de realizar esta investigación, es que los hábitos se deben reforzar continuamente y la cantidad de sesiones semanales no son suficientes para alcanzar los objetivos planteados.

La metodología de investigación que se implementará es la investigación acción ya que los resultados esperados se verán de forma cualitativa, esta investigación busca generar un impacto positivo en los estudiantes en la aprehensión de hábitos de higiene.

## **Capítulo Uno: Planteamiento del problema**

Esta investigación se realiza en el Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas sede D a los niños de grado transición 1 en el espacio de la práctica investigativa en el segundo semestre del año 2017, y en los dos semestres siguientes del año 2018. Allí se observa que los estudiantes del grado transición 1 tienen problemáticas que involucran sus patrones básicos y además la falta de desarrollo de hábitos de higiene, esto causado por la falta de un docente titular de educación física. El objeto central de este estudio será determinar en qué condiciones se encuentran los hábitos de higiene de los estudiantes, para así mismo diseñar una propuesta de intervención que refuerce o proporcione la obtención de dichos hábitos.

### **Descripción de la situación problémica**

Al iniciar el proceso de práctica docente, se realiza un ejercicio de observación en los estudiantes del grado transición 1. Se logran identificar algunas dificultades que tienen los estudiantes con respecto a sus hábitos de higiene. Se encuentran estudiantes que no se lavan la cara o las manos después de realizar alguna actividad física, también se observan tres casos de estudiantes que tienen serios problemas de higiene bucal y sus dientes se encuentran bastante descuidados.

Para validar esta información, se realiza una encuesta tipo Likert a la profesora titular del grado transición 1, a la orientadora de la institución y a las practicantes de pedagogía ya que ellas están más tiempo con los estudiantes y pueden brindar información que se haya pasado por alto al momento de realizar el ejercicio de observación.

Los resultados de la realización de la encuesta tipo Likert, confirman que el diagnostico preliminar que se tenía acerca de los hábitos de higiene en los estudiantes de transición es correcto y este será el punto de partida para realizar una apropiada intervención.



De esta forma, el proceso para diagnosticar el problema fue:

- ❖ La observación directa para encontrar el posible problema
- ❖ La encuesta tipo Likert para confirmar el diagnóstico preliminar dado en la observación directa.

Dando continuidad al proceso investigativo se utiliza el diario de campo como instrumento para la recolección de datos y análisis de los mismos. Posteriormente se usará un Focus Group para determinar si los resultados fueron favorables usando la observación de los participantes de esta técnica.

## **Pregunta de investigación**

¿De qué manera se pueden mejorar los hábitos de higiene en los estudiantes de transición 1 del Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas desde los procesos didácticos de la clase de Educación Física?

## **Objetivos**

### **Objetivo General.**

- Identificar de qué manera se pueden mejorar los hábitos de higiene de los estudiantes del Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas a través de procesos didácticos de la educación física realizados en la ludoteca.

### **Objetivos específicos.**

- Determinar las condiciones actuales de higiene que poseen los estudiantes del grado transición 1 del Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas a través de un proceso de observación directa realizado en la clase de educación física.
- Implementar una estrategia didáctica basada en la aplicación de la clase de educación física que permita mejorar los hábitos de higiene en los estudiantes del grado transición 1 del Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas.
- Evaluar los resultados de la aplicación de la estrategia didáctica para identificar si hubo cambios en los hábitos de higiene de los estudiantes de transición 1 del Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas.

## **Justificación**

Este proyecto se realiza con la finalidad de mejorar los hábitos de higiene de los niños del grado Transición 1 del Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas. En la clase de Educación Física se pueden ver reflejados en los niños el estado físico, la comunicación, las aptitudes frente a los demás y sus condiciones de higiene.

La investigación brinda la posibilidad de ver las problemáticas que se pueden generar a partir de la ausencia de docente titular del área de Educación Física. Los patrones básicos, la motricidad y la comunicación con sus compañeros, son algunas de los contenidos que los niños no tienen desarrollados.

Luego de realizar el trabajo observación y aplicación de instrumentos para el diagnóstico, se logra analizar que los estudiantes tienen deficiencias en la parte motriz, en las relaciones interpersonales y en sus hábitos de higiene, este último es el de mayor interés para el proyecto puesto que se presenta la oportunidad de intervenir tales hábitos de higiene a través de la realización de la clase de educación física.

Esta investigación pretende solucionar problemáticas pertinentes a la apropiación de hábitos alimenticios y de higiene. Teniendo en cuenta que los niños de este colegio no tienen profesor de Educación Física, esta práctica también se ocupa de solucionar los problemas de movimiento y conductas motrices.

La pertinencia de esta investigación se centra en la necesidad de enseñar y fortalecer los hábitos de higiene en edades tempranas puesto que en estas edades los aprendizajes son más significativos y fáciles de corregir.

## Antecedentes de la investigación

A partir del proceso de identificación de temas se logra optar por los siguientes autores, estos brindaran al trabajo un soporte teórico en la implementación del proyecto, se citan a continuación los trabajos en tres ámbitos diferentes:



Local



Nacional



Internacional

| NIVEL LOCAL |  |
|-------------|--|
| Titulo      | Revista da Escola de Enfermagem da USP “Caracterización de hábitos de higiene y ambientes en lugares de atención integral a población infantil”  |
| Autor       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Virginia Inés Soto Lesmes</li><li>• Olga Janneth Gómez Ramírez</li><li>• Yaneth Mercedes Parrado</li><li>• Patricia Hernández-Rodríguez</li><li>• Arlen Patricia Gómez</li></ul>   |
| Fecha       | 2017   |
| Editorial   | Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Enfermería, Bogotá, Colombia.<br>Universidad de La Salle, Departamento de Ciencias Básicas, Bogotá, Colombia.<br>Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Medicina Veterinaria y de Zootecnia, Sede Bogotá, Colombia. |
| Resumen     | La tesis observacional habla de cómo la higiene es vital para combatir   |

|             |  |
|-------------|--|
|             | <p>alteraciones en el organismo que den lugar a enfermedades causadas por gérmenes o bacterias que lastimen el cuerpo del niño haciendo que el individuo tenga padecimientos con consecuencias graves, todo lo dicho se toma como base para la obtención de conocimiento del maestro, la aplicación de este conocimiento se centra en las medidas higiénicas para la educación infantil, ya que todos los niños se encuentran en una etapa donde pueden adoptar diferentes actitudes de otras personas de su entorno en el recorrido de la escuela a su hogar.</p> |
| Metodología | Observación directa  |
| Aporte      | <p>Conocer la estructura de la higiene y los diferentes tipos de subtemas que se trabajan en la escuela los cuales por su valor educativo pueden ayudar a prevenir toda clase de enfermedades infantiles.</p> <p>Guiar mediante la higiene deportiva la implementación de hábitos.</p> <p>Clasificar los hábitos mediante tres condiciones (previas al ejercicio, durante el ejercicio, posteriores al ejercicio).</p>   |
| URL         | <a href="http://200.23.113.51/pdf/28744.pdf">http://200.23.113.51/pdf/28744.pdf</a>  |

|        |   |
|--------|---|
| Titulo | Libro Metodología N.A.V.E.S   |
| Autor  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Irma Salazar Montenegro</li> <li>• Sandra Patricia Bojacá</li> </ul> |

|             |  |
|-------------|--|
|             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alberto Flórez Culman</li> <li>• Néstor Sánchez Londoño</li> <li>• Diana García Hernández</li> <li>• Rolando Barrero Valencia</li> <li>• Natalia Andrea González</li> <li>• Paula Andrea Correa</li> <li>• María Sonia Castellanos</li> <li>• Evelyn Gutiérrez</li> <li>• Laudys Pernet</li> </ul>  |
| Fecha       | 2014   |
| Editorial   | Corporación Juego y Niñez, Bogotá.   |
| Resumen     | El documento habla de cómo promover el juego como derecho de los niños y las niñas, configurando un ámbito que trasciende las voluntades individuales. Invita a pensar en las herramientas y en las construcciones sociales que se sitúan en la estela de los derechos enfocados en el bienestar de la infancia, reconociendo sus singularidades, su cultura, sus creaciones, sus intereses y necesidades.   |
| Metodología | En el documento se ve una práctica investigativa de corte cualitativo y crítico con identidad propia, pretende producir de manera colectiva nuevas lecturas, nuevos significados y sentidos sobre las prácticas. Si bien se basa en la voz y la percepción de sus protagonistas, el resultado es una mirada más amplia y profunda de la experiencia de la cual pueden derivarse pistas para potenciarla o transformarla, en esa medida tiene un carácter reflexivo. Como práctica cualitativa tiene como propósito la interpretación de los hallazgos. Busca descubrir conceptos y relaciones entre la información para luego organizarla en un esquema explicativo. |

|        |  |
|--------|--|
| Aporte | Aporta un aprendizaje del modelo E.S.A.R que construye al ciudadano, relacionándolo con otros por medio del lenguaje, las normas, la cultura, los ritos, los símbolos, la experiencia, el conocimiento y especialmente el juego. |
| URL    | <a href="https://juegoyninez.org/wp-content/uploads/2018/03/Ludotecas-NAVES_-No-solo-juguetes.pdf">https://juegoyninez.org/wp-content/uploads/2018/03/Ludotecas-NAVES_-No-solo-juguetes.pdf</a>                                  |

| NIVEL NACIONAL |  |
|----------------|--|
| Titulo         | Lineamientos ludotecas Colombia  |
| Autor          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Patricia Bojacá Santiago</li> <li>• Martha Cecilia Garzón</li> <li>• Alberto Flórez Culman</li> <li>• Indira Sabalza Pájaro</li> <li>• Néstor Daniel Sánchez</li> </ul> |
| Fecha          | 2016   |

|             |   |
|-------------|---|
| Editorial   | Corporación Juego y Niñez, Colombia   |
| Resumen     | Habla de la elaboración de políticas públicas partiendo de su importancia como entorno protector y de formación de los niños, las niñas, los adolescentes y los jóvenes de Colombia y el significado que ellos y ellas le otorgan en su vida cotidiana.   |
| Metodología | NO APLICA   |
| Aporte      | <p>Se tomará de ejemplo a seguir la tendencia, dirección y los rasgos característicos expuestos de las ludotecas en Colombia.</p> <p>Aporta contenidos sobre los componentes de las ludotecas colombianas, las cuales se basan más en el componente pedagógico aportando mucho más en el desarrollo de los niños.</p> |
| URL         | <a href="https://juegoyninez.org/wpcontent/uploads/2018/03/Lineamientos_Ludotecas_2017_Resolucion_Baja.pdf">https://juegoyninez.org/wpcontent/uploads/2018/03/Lineamientos_Ludotecas_2017_Resolucion_Baja.pdf</a>   |
| Titulo      | Higienización y terapeutización de la educación física en las instituciones educativas  |
| Autor       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Víctor Alonso Molina Bedoya</li> </ul>   |
| Fecha       | 2013  |
| Editorial   | <p>Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia.</p> <p>Desarrollado (Centros de Práctica de la Universidad San Buenaventura, de la Fundación Universitaria Luis Amigó y de la Universidad de Antioquia)</p> <p>Hacia promoci. Salud [online]. 2013, vol.18, n.1, pp.69-80</p>  |
| Resumen     | El texto habla de los indicadores de gestión para la promoción de hábitos y estilos   |



|             |   |
|-------------|---|
|             | de vida saludables en Educación Física, Recreación y Deporte en las Instituciones Educativas, Centros de Práctica de la Universidad San Buenaventura, de la Fundación Universitaria Luis Amigó y de la Universidad de Antioquia y de cómo dichos indicadores son herramienta de trabajo para cualquier aula en la escuela.            |
| Metodología | La metodología es de investigación cualitativa y su modalidad utilizada fue la documental, debido a que el ejercicio se centró básicamente en el análisis de documentos, ello con el objeto de comprender la realidad de las prácticas de enseñanza del área de la Educación Física, la Recreación y el Deporte en el sector escolar. |
| Aporte      | Reconocer los distintos modelos de salud en la escuela y sus desarrollos ligados a la orientación higiénica del campo educativo.<br><br>Hallar orientaciones por el enfoque de la salud inclinado al bienestar del cuerpo, el cual toman como referencia organismos de carácter internacional como la OMS y la OPS.                   |
| URL         | <a href="http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772013000100006&amp;script=sci_abstract&amp;tlng=es">http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772013000100006&amp;script=sci_abstract&amp;tlng=es</a>   |

| NIVEL INTERNACIONAL |  |
|---------------------|--|
| Titulo              | Habilidades auto regulatorias e higiene bucal infantil con el apoyo de los padres  |
| Autor               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Martha Leticia Gaeta1,</li> <li>• Judith Cavazos</li> <li>• María del Rosario L. Cabrera</li> </ul> |

|             |   |
|-------------|---|
| Fecha       | 2017  |
| Editorial   | Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud<br><br>Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla, México   |
| Resumen     | Habla sobre la atención en acciones de prevención y promoción de hábitos higiénicos bucales en la infancia como parte de una rutina diaria  |
| Metodología | Se implementó una investigación de tipo cuantitativo, descriptivo y transversal. La población estuvo compuesta por padres de familia los cuales en este caso se omitirán y sus hijos que asistieron a la clínica odontológica, durante el período de abril a mayo de 2014. Se trató de un estudio censal, ya que la aplicación de los instrumentos se realizó al total de pacientes odonto-pediátricos que asistieron a consulta durante el periodo de estudio. |
| Aporte      | Se da un aporte fundamental al tema del lavado bucal.<br><br>Ideas y variantes para reforzar control del lavado bucal en la escuela, como la implementación del porte del cepillo de dientes en la institución etc.   |
| URL         | <a href="http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v15n2/v15n2a12.pdf">http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v15n2/v15n2a12.pdf</a>   |
| Titulo      | La importancia de la higiene escolar en el niño de educación primaria   |
| Autor       | <ul style="list-style-type: none"> <li>Carlos German Carballo Córdoba</li> </ul>  |
| Fecha       | 2012  |
| Editorial   | Universidad Pedagógica Nacional<br><br>Ciudad del Carmen, Campeche. México  |
| Resumen     | El trabajo consta de tres capítulos:  |

|             |  |
|-------------|--|
|             | <p>Generalidades acerca de la higiene: Habla de la higiene como problema nacional en el país de México y de los antecedentes ocurridos allí, culmina hablando de la importancia de la higiene personal en todo desarrollo del ser humano y de cómo esta es importante para evitar enfermedades.</p> <p>Higiene en la escuela primaria: habla de los conceptos más importantes de la higiene escolar, la importancia de la higiene en el niño y de los contenidos que hay que tratar en un plan de estudios de educación primaria en cuanto a esta.</p> <p>El maestro como promotor de la higiene escolar: habla del deber que tiene el maestro con relación en la escuela, de la medicina y el maestro, de cómo este la puede promover mediante hábitos de higiene espacial.</p> |
| Metodología | No aplica (tesis teórica, presenta un tema y lo desarrolla en un ambiente completamente teórico)   |
| Aporte      | <p>Brindar los conocimientos importantes referentes a la higiene en la edad escolar, así como los métodos para el cuidado de la misma.</p> <p>Aporta el conocimiento que debe tener el maestro en medidas higiénicas para la educación infantil</p> <p>Reconocer las etapas donde se encuentra el niño para la enseñanza de la higiene.</p>  |
| URL         | <a href="http://200.23.113.51/pdf/28744.pdf">http://200.23.113.51/pdf/28744.pdf</a>  |

## **Marco referencial**

A continuación se presentan consideraciones teóricas y legales que serán el soporte de esta investigación.

## **Marco teórico**

### **Educación física**

La educación física para Javier Solas (2006) es la educación de la salud, del cuerpo y de la mente. En educación física el objetivo primordial es enseñar a los estudiantes las ventajas y desventajas de tener una buena cantidad de actividad física ya que esto, hará que goce de buena salud, y que su cuerpo y su mente estén en óptimas condiciones.

La Educación Física busca educar en valores sociales para que los niños puedan vivir en comunidad, valores éticos para que pueda relacionarse con sus compañeros y por último que posea los conocimientos básicos que le permitan gozar de buena salud y velar por una buena condición para su cuerpo y el cuidado del mismo.

Otro de los propósitos de la Educación Física es brindar bases motoras con proximidad a los deportes con el fin de otorgar una posibilidad de practicar el que sea de su agrado. Teniendo esto en cuenta, el niño tendrá muchas más posibilidades de movimiento y logrará una mayor dificultad en dichos movimientos propios de cada deporte obteniendo un mejor desempeño.

### **Ludoteca**

Las ludotecas según María de Borja (Borja I Sole, 2017) son:

Instituciones recreativo-culturales especialmente pensadas para desarrollar la personalidad del niño principalmente a través del juego y el juguete. Con este objetivo,

posibilitan el juego infantil con la oferta tanto de los materiales necesarios (juguetes, espacios de juego abiertos y cerrados) como de las orientaciones, ayudas y compañía que necesiten para jugar.

La ludoteca es un espacio creado especialmente para niños, aunque personas de todas las edades pueden aprovechar este lugar, en donde se realizan actividades basándose en juegos educativos, con el fin de estimular su desarrollo mental, físico y su solidaridad con los otros participantes de dichas actividades.

Las ludotecas generalmente tienen profesionales que enseñan a niños, padres u otros participantes de la comunidad la importancia de la lúdica, del juego y el fortalecimiento de las habilidades, realizando actividades prácticas que permiten que los lazos familiares y sociales se afiancen a través de una pedagogía orientada a ese fin.

Las ludotecas están distribuidas por rincones lúdicos en donde se trabajan las diferentes inteligencias múltiples que son la visual espacial, Lógica Matemática, Musical, Verbal, Corporal, intrapersonal, interpersonal, naturalista y espiritual.

La corporación Juego y Niñez sostiene que el método organizacional de las ludotecas en Colombia es el sistema ESAR. Lo caracterizan 6 facetas: lúdico, cognoscitivo, instrumental, social, lingüístico y afectivo. Cuenta con 4 rincones e donde se encuentran juegos especializados, el primero de los rincones proporciona juegos de Ejercicio (E) en donde se estimulan los sentidos, la motricidad y la manipulación de objetos. El segundo rincón brinda la posibilidad de participar en juegos Simbólicos (S) como juegos de roles. El tercer rincón contiene juegos de Armado (A) o construcción. Y por último el cuarto rincón posee juegos de Reglas (R) simples o complejas.

El sistema ESAR en su rincón (E) define los juegos de ejercicio como aquellos en los que se repite varias veces una acción con el fin de obtener resultados al instante. Realizar acciones repetitivas como lanzar, atrapar, golpear, chupar, etc., pueden ser considerados juegos de ejercicio y pueden ser realizados con o sin juguetes. Estos juegos son muy importantes porque ayudan a desarrollar los sentidos, la coordinación de movimientos y a desplazarse.

El rincón (S) sitúa al juego simbólico como aquel en el que el niño interpreta o representa un objeto. En este tipo de juego el niño da significados aparentemente evidentes a todos los objetos involucrados en el juego. El objetivo de este juego es simular situaciones imaginarias y darle solución por medio de escenas interpretando un rol con personajes ficticios o reales. Los juegos simbólicos son esenciales para la comprensión del entorno que los rodea, además son de gran ayuda para el desarrollo del lenguaje.

El rincón (A) plantea los juegos de armado como piezas para construir, apilar o ensamblar estructuras. El juego se desarrolla alrededor de una meta individual o grupal que junto con acciones de manipulación coordinadas se logra conseguir. Estos juegos contribuyen a mejorar la coordinación viso-manual, a diferenciar figuras geométricas, colores, fortalece la temporo-espacialidad, la concentración y la paciencia.

El rincón (R) explica los juegos de reglas como aquellos en los que se indican instrucciones o normas las cuales se deben seguidas y respetadas para conseguir los objetivos propuestos. Los juegos reglados contribuyen a los niños a ser más sociables y les enseña el valor de perder o ganar, a respetar su turno, a respetar opiniones y además fortalece el razonamiento, la atención y la reflexión.

La ludoteca escolar está diseñada para la enseñanza educativa, siendo los juegos la principal herramienta para el aprendizaje de conocimientos de distintas áreas del saber.

Teniendo en cuenta las estaciones presentadas en el sistema ESAR en las ludotecas, se encuentran juegos que están enfocados a los hábitos de higiene y el cuidado del cuerpo. Sería a partir de dichas estaciones, que se estructura la propuesta didáctica de este proyecto.

### **Higiene**

Al respecto Karam (2011) sostiene que el aseo o higiene personal, aportan en muchos aspectos, no solo para obtener beneficios de salud y de aseo en nuestros cuerpos, sino también en nuestra apariencia y la forma de vernos. El estar aseado, con una apariencia ordenada, generará que nos vean mejor las personas en una reunión, o en nuestras relaciones sociales tanto personales como profesionales.

Pedro Alcántara García (1999) dice sobre la higiene que es el arte de conservar y perfeccionar la salud, esta higiene tiene como objeto principal determinar condiciones generales de salud, y los medios por los cuales estamos en la capacidad de conservarla para tener un organismo apto para el desarrollo de las actividades individuales y sociales que se presenten en su diario vivir.

Merced (2012) interpreta a la higiene como un concepto básico y primordial de aseo con nuestro cuerpo, con el de los demás y nuestro entorno. La limpieza juega un papel importante puesto que proporciona herramientas para considerar los niveles de higiene que tenemos, mientras más rigurosa sea nuestra limpieza más acorde será la higiene general.

### **Hábitos saludables en la infancia**

En primer lugar, un hábito se define las acciones que se hacen repetidamente con la finalidad de transformarlas en costumbres. Estas acciones o movimientos, con el tiempo se vuelven

sistemáticos. Los hábitos pueden ser positivos o negativos y de ellos depende en muchos casos el éxito o el fracaso de distintas actividades de la cotidianidad.

Educar a los estudiantes a temprana edad en hábitos saludables, es una de las medidas preventivas más importantes para mejorar la condición de salud a lo largo de la vida de cada sujeto.

Es importante que valoren estos hábitos de vida saludables, pues estos les proporcionarán un mejor bienestar físico y emocional, cumpliendo el objetivo de vivir más y mejor, evitando enfermedades desde su raíz como problemas del corazón.

En la parte de la alimentación se ha demostrado que los niños están predispuestos a comer saludablemente si tienen como referencia los hábitos alimenticios de sus padres u otros miembros de la familia.

Es de suma importancia involucrar hábitos de actividad física en una rutina familiar, teniendo en cuenta los horarios en común que tengan todos los miembros, y que sean actividades del gozo de todos los integrantes, con el fin de mantener a la familia en forma y aprovechar para que los hijos jueguen e interactúen con otros niños.

Lo recomendado por los especialistas es hacer por lo menos 30 minutos de actividad física entre cuatro y seis días a la semana, en las condiciones necesarias de seguridad y en un lugar seguro, pero enfocándose en actividades divertidas dejando de lado habilidades especiales.

La escuela juega un papel decisivo a la hora de generar hábitos, en este caso el objetivo es generar hábitos de higiene. A través de los rincones de la ludoteca se espera que los juegos brinden la posibilidad de aprender tales conductas y posteriormente convertirlas en sistemáticas.



## **Desarrollo desde el ciclo vital**

Al respecto del ciclo vital, García y Vera afirman que:

El ciclo vital humano hace referencia al proceso de crecimiento y desarrollo que atraviesan las personas desde el nacimiento hasta su muerte. Al margen de las discusiones de los expertos sobre las causas y los diversos factores que lo determinan, básicamente son las interacciones entre los factores genéticos y el entorno los que resuelven el desarrollo de los seres humanos. (García & Vera, 2002).

Para abordar el tema del desarrollo humano desde el ciclo vital se tienen que tomar sus características más importantes, los estadios de Piaget. Se toma como referencia principal el estadio que más tiene que ver con desarrollo humano, el factor cognitivo.

El papel del desarrollo cognitivo juega un papel fundamental en el desarrollo del niño, para esto Piaget lo expone en cuatro períodos que a su vez se dividen en etapas. De estas cuatro fases principales solo se tomara la etapa pre operacional que se explicara a continuación:

Etapas pre operacional: Edad 2 a 7 años

Las personas que se encuentran en la fase pre operacional empiezan a ganar la capacidad de ponerse en el lugar de los demás, actuar y jugar siguiendo roles ficticios y utilizar objetos de carácter simbólico. Sin embargo, el egocentrismo sigue estando muy presente en esta fase, lo cual se traduce en serias dificultades para acceder a pensamientos y reflexiones de tipo relativamente abstracto (Piaget, 1951)

Además, en esta etapa aún no se ha ganado la capacidad para manipular información siguiendo las normas de la lógica para extraer conclusiones formalmente válidas, y tampoco se pueden realizar correctamente operaciones mentales complejas típicas de la vida adulta (de ahí el nombre de este período de desarrollo cognitivo). Por eso, el pensamiento mágico basado en asociaciones simples y arbitrarias está muy presente en la manera de interiorizar la información acerca de cómo funciona el mundo.

El desarrollo del niño consiste básicamente en construir experiencias acerca del mundo a través de la adaptación e ir avanzando hacia la etapa en la cual puede utilizar el pensamiento lógico.

(Vergara, 2017)

## **Marco legal**

### **Lineamientos curriculares de educación física, recreación y deportes (capítulo 2)**

“Son fines de la educación: La formación para la preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.”

El uso adecuado del tiempo en la clase de educación física no solo hará del estudiante una persona saludable, fortalecerá sus lazos afectivos y sociales con todos sus compañeros haciendo la clase más amena para todos.

### **Ley 115 de 1994 Decreto 1860 DE 1994 (agosto 3)**

Ministerio de educación nacional. Por el cual se reglamenta parcialmente la Ley 115 de 1994, en los aspectos pedagógicos y organizativos generales.

Este decreto es el cual rige la educación en el país y por el cual se desarrollan todos y cada uno de los proyectos pedagógicos que se deseen implementar por muy minúsculos o grandes que sean.

### **Ley 115 de Febrero 8 de 1994, Por la cual se expide la Ley General de Educación**

Título I, Disposiciones Preliminares. Artículo 5. Fines de la educación. De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, la educación se desarrollará atendiendo a los siguientes fines:

12. La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.

Estos fines se obtendrán por medio de la clase de educación física en la ludoteca, con la cual se mejoraran los problemas sociales que traen los niños a la escuela, sus habilidades básicas y sus hábitos de higiene.

Título II, Estructura del servicio educativo. Capítulo 1° Educación Formal. Sección segunda:  
Educación preescolar

j) La formación de hábitos de alimentación, higiene personal, aseo y orden que generen conciencia sobre el valor y la necesidad de la salud.

Se observa en la escuela que los estudiantes no poseen hábitos adecuados de alimentación y de higiene personal, lo cual se quiere mejorar a través de la clase de educación física en la ludoteca por medio de actividades lúdicas que permitan una estadía amena en ella.

## **Capítulo dos: Aspectos metodológicos**

### **Enfoque metodológico**

El enfoque de investigación que se implementa en esta propuesta será el crítico-social porque además de un ejercicio de observación, se pretende generar un cambio en esta población a través de la investigación acción. La investigación acción estudia e interpreta una situación social con el fin de mejorar la calidad de vida dentro de la misma. Al respecto Stephen Kemmis, dice

Es una forma de indagación introspectiva colectiva emprendida por participantes en situaciones sociales que tiene el objeto de mejorar la racionalidad y la justicia de sus prácticas sociales o educativas, así como su comprensión de esas prácticas y de las situaciones en que éstas tienen lugar. (Kemmis, 1988)

### **Población – Muestra**

- Cantidad de niños:

Transición 1: 23 estudiantes 11 niñas 12 niños

- Estrato socio económico:

Transición 1: El estrato socio-económico de este curso está entre el 2 y el 3 ya que todos viven por el sector en donde se encuentra la institución educativa.

- El actual problema que presentan los estudiantes de transición 1, está orientado a la falta de hábitos de higiene, problema que puede corregirse en edades tempranas y este será el foco de la investigación.

## **Instrumentos para la recolección de datos**

### **Observación:**

La observación es una de las técnicas que se presenta con más frecuencia en los proyectos, gracias a que es un proceso sencillo y eficaz en la recolección de datos de una investigación determinada. Lupicinio Iñiguez afirma que:

Consiste, en esencia, en la observación del contexto desde la participación del propio investigador o investigadora no encubierta y no estructurada. Este tipo de observación proporciona descripciones de los acontecimientos, las personas y las interacciones que se observan, pero también, la vivencia, la experiencia y la sensación de la propia persona que observa. (Iñiguez, 2008)

Esta técnica de investigación, se verá plasmada en el diario de campo como forma de recopilación de datos y allí se describirá todo lo acontecido en las clases de práctica docente en el curso transición 1 del Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas.

### **Encuesta con escala Tipo Likert**

La escala Likert es un tipo de escala de medición comúnmente utilizada en encuestas de investigación principalmente de ciencias sociales. Esta escala nos sirve para realizar mediciones y conocer acerca del grado de conformidad o inconformidad de una o varias personas sobre una situación determinada, también es usada para conocer con una escala numérica la opinión que tiene el entrevistado teniendo en cuenta su observación hacia un fenómeno. Oriol Llauradó dice sobre las encuestas tipo Likert que:

La escala de Likert es una herramienta de medición que, a diferencia de preguntas dicotómicas con respuesta sí/no, nos permite medir actitudes y conocer el grado de

conformidad del encuestado con cualquier afirmación que le propongamos. Resulta especialmente útil emplearla en situaciones en las que queremos que la persona matice su opinión. En este sentido, las categorías de respuesta nos servirán para capturar la intensidad de los sentimientos del encuestado hacia dicha afirmación. (Llauradó, 2015)

La encuesta tipo Likert se realizara en dos momentos, el primer momento será después de realizar el ejercicio de observación como forma de validar lo encontrado, y el segundo momento después de realizar la propuesta de intervención, para analizar los datos recopilados en la encuesta.

Ahora se mostrará el diseño de la encuesta realizada a las profesoras del colegio, la practicante del grado, la orientadora de la institución y a la practicante de psicología del Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas.

En la siguiente encuesta encontrará preguntas referentes a la higiene y a los hábitos de los estudiantes del grado transición 1. Lea atentamente cada una de las preguntas de acuerdo a lo que ha observado.

En las preguntas 1, 2, 3, 5 y 6 elija en una escala de 1 a 5, siendo 1 nunca, 2 pocas veces, 3 algunas veces, 4 muchas veces y 5 siempre.

En las preguntas 4 y 7 elija en una escala de 1 a 5, siendo 1 nada, 2 poco, 3 Medianamente, 4 bastante y 5 completamente

| N° | Preguntas  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----|--|---|---|---|---|---|
| 1  | ¿Con que frecuencia se lavan los estudiantes la cara?          |   |   |   |   |   |
| 2  | ¿Con que frecuencia se lavan las manos después de hacer alguna |   |   |   |   |   |

|   |  |  |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|--|
|   | actividad?   |  |  |  |  |  |
| 3 | ¿Antes de recibir el refrigerio los estudiantes se asean las manos?                              |  |  |  |  |  |
| 4 | ¿Cuándo empieza la jornada escolar que tan aseados llegan de sus hogares los estudiantes?        |  |  |  |  |  |
| 5 | ¿Qué tanto se lavan los dientes los estudiantes después del refrigerio?                          |  |  |  |  |  |
| 6 | ¿Con que frecuencia el colegio brinda campañas en donde se promueva el aseo y la higiene?        |  |  |  |  |  |
| 7 | ¿Qué cantidad de implementos de aseo tiene disponible el colegio para el uso de los estudiantes? |  |  |  |  |  |

### **Diario de campo**

El diario de campo es un instrumento de investigación en el que se registran los hechos ocurridos en determinado lugar, y son testimonio de lo que genera un ejercicio de observación. Según Bonilla y Rodríguez.

El diario de campo debe permitirle al investigador un monitoreo permanente del proceso de observación. Puede ser especialmente útil al investigador en él se toma nota de aspectos que considere importantes para organizar, analizar e interpretar la información que está recogiendo. (Bonilla, 2007)

### **Focus Group**

El Focus Group consiste en hacer reuniones de discusión con grupos de 4 a 10 personas, en ellas los integrantes tienen un tema propuesto y en torno a él se generan conversatorios en donde el investigador toma la conducción haciendo las veces de moderador. En algunos casos estos Focus Group pueden considerarse entrevistas grupales.



El Focus Group se puede definir como:

Un método o sistema de recolección de información necesaria para efectuar una investigación. Gracias a esta modalidad se puede conseguir una amplia variedad de información sobre opiniones, ideas, motivaciones y actitudes de las personas que toman parte en este encuentro. (Economía simple, 2016)

### **Categorías de análisis**

#### **Diversidad de hábitos de higiene**

En esta categoría se analizará cuales hábitos de higiene fueron aprendidos por los estudiantes de transición 1 del Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas.

#### **Cuidado del cuerpo**

En esta categoría se observará que tanto conocen su cuerpo y que cuidados tienen con él.

#### **Conocimiento del cuerpo**

Se tendrá en cuenta que conocen de su cuerpo, como lo deben cuidar, pero además de esto, se analizará que conocen del cuerpo del género contrario.

#### **Tipo de juego que ayuda a la apropiación de hábitos de higiene**

En esta categoría se pretende observar que rincón de la ludoteca ayuda más a los niños a potenciar los hábitos de higiene.

## **Propuesta pedagógica: la higiene te mantiene**

### **Introducción**

Esta propuesta plantea promover los buenos hábitos de higiene mediante el uso de la ludoteca escolar. Se toma como referencia las problemáticas de higiene y de salubridad que existen entre los alumnos que hacen parte de la institución. Se refleja la importancia que tienen los buenos hábitos de higiene y salud en el momento de aplicar cualquier actividad ya sea en el aula o fuera de ella. Los estudiantes a través del uso y la explotación de la ludoteca podrán generar hábitos saludables que les ayudaran no solo en su ambiente escolar sino también en diferentes situaciones que se presenten en su vida ya sea ahora o en el futuro, entenderán que unos buenos hábitos de higiene son vitales para una amena clase y un hogar tranquilo. Es importante tener en cuenta que se puede inculcar todo lo dicho anterior mente a los demás ya sea por un bien propio o grupal pero de la manera correcta. En la ludoteca se evidencia los espacios y materiales no explotados con los cuales se quiere incentivar los buenos hábitos de higiene y salud en los niños de transición.

### **Resumen**

Esta propuesta plantea promover los buenos hábitos de higiene y salud mediante el uso de la ludoteca escolar. Se toma como referencia las problemáticas de higiene y de salubridad que existen entre los alumnos que hacen parte de la institución. Se refleja la importancia que tienen los buenos hábitos de higiene y salud en el momento de aplicar cualquier actividad ya sea en el aula o fuera de ella. Los estudiantes a través del uso y la explotación de la ludoteca podrán generar hábitos saludables que les ayudaran no solo en su ambiente escolar sino también en diferentes situaciones que se presenten en su vida ya sea ahora o en el futuro, entenderán que unos buenos hábitos de higiene y salud son vitales para una amena clase y un hogar tranquilo. Es

importante tener en cuenta que se puede inculcar todo lo dicho anterior mente a los demás ya sea por un bien propio o grupal pero de la manera correcta. En la ludoteca se evidencia los espacios y materiales no explotados con los cuales se quiere incentivar los buenos hábitos de higiene y salud en los niños de transición.

### **Justificación**

La ludoteca toma gran importancia como recurso pedagógico a la hora de fortalecer o mejorar los hábitos de higiene, tal como se corrobora en los antecedentes, se puede trabajar la ludoteca como instrumento transformador en la vida del niño, mezclándolo con los hábitos de higiene los cuales nunca han trabajado, esto desencadena nuevas variantes en el uso del sistema ESAR. La ludoteca es un equipamiento dirigido por un equipo estable de profesionales, con un proyecto específico a través del juego y el juguete, también dispone de un fondo lúdico significativo, tiene voluntad de servicio público y utiliza el juguete como una de las principales herramientas de intervención educativa, social y cultural. (Cataluña ATZAR)

Por medio de la ludoteca se pretende que los estudiantes puedan hacer actividades físicas, simbólicas de armado y regladas, sea con algún objeto o con ellos mismos para así poder desarrollar unos hábitos de higiene dentro de la institución, y que los puedan implementar en su hogar.

Mediante los instrumentos de recolección de datos se logró conocer la situación actual del niño con sus hábitos de higiene y las situaciones actuales por las que vive a diario en cuanto a esto, se conoció también por medio de las docentes y practicantes de la institución que el colegio no hace campañas de higiene, también se logró reconocer gracias a ellas que casos necesitaban

mucha más intervención. Las actividades realizadas se pudieron desarrollar gracias a los estudiantes y a los docentes sin mayor dificultad.

### **Objetivos a intervenir**

#### ***General:***

Promover los hábitos de higiene y salud mediante el uso de la ludoteca estudiantil.

#### ***Específicos:***

Generar buenos hábitos entre los niños y niñas mediante el sistema ESAR (ejercicio, símbolos, armados, reglas).

Fomentar el buen uso de los espacios de alimentación, aseo (baños) y aulas de clase por medio del juego.

### **Marco referencial**

#### ***Hábitos de higiene:***

Los hábitos de higiene tienen como finalidad pedagógica desarrollar en el niño un sentido de pertenencia de su propio cuerpo, esto se logra gracias a la continua realización de hábitos de higiene todos los días de la semana y a la intervención del docente en cada caso, esta, debe en cada clase estar al tanto del comportamiento del niño al igual que de los conceptos que reciba. El compromiso que tiene el niño consigo mismo es el centro de todo, ya que un aprendizaje no significativo en el provocaría una pérdida de tiempo de todo lo enseñado, esto desencadenaría una aplicación errónea de hábitos de higiene en todos sus ámbitos en los que se encuentre. La higiene del individuo considerada aisladamente, tiene un alcance mayor que la salubridad pública, cuyo radio de acción es bien limitado. (Mendoza 2000). La higiene personal es la primera barrera contra las enfermedades, es el primer dique contra las infecciones y la base de la

salud de la persona. Los hábitos de higiene personal pueden ser fácilmente inculcados aprovechando la afición del niño al agua, a la espuma y a los jabones de olor, es a partir de los cuatro años de edad cuando el niño puede ocuparse por sí solo de su aseo personal, tomando todo. (Delgado 2014). Para poder realizar la construcción de instrumentos se toma lo afirmado por el autor y se complementa con una categoría conceptual llamada “toma de decisiones”, que consiste en actividades en todos los espacios ESAR de la ludoteca, donde el niño tome una afición a todos los hábitos de higiene e implementos que la trabajen, dichas actividades tendrán más énfasis en los espacios S y R donde el niño se mostrará más autónomo a la hora de interpretar algún rol y más claro a la hora de definir espacios, objetos y acciones, consecuencias de las acciones, limitaciones en las acciones y los objetos. (Jesse Schell 2008)

### ***Ludoteca***

El primer problema que se plantea al intentar definir las ludotecas parte de la diversidad de las propuestas lúdicas existentes en la actualidad, con objetivos totalmente diferentes en cada caso, el que se presenta en la siguiente propuesta es claro, tiene como finalidad generar unos correctos hábitos de higiene por medio de la ludoteca. Se toma al juego como motivador principal y se articula con los espacios de la ludoteca, la cual estará repartida por seis categorías que sintetizan las etapas del desarrollo del niño a través de las principales formas de actividades lúdicas y las grandes dimensiones del comportamiento (ESAR), este sistema permitirá que el niño logre unos hábitos de higiene asertivos.

### ***Fundamentación pedagógica***

El modelo actual de colegio I.T.I Francisco José De Caldas es desarrollista constructivista, el propósito de este modelo es que los estudiantes accedan progresivamente a un nivel educativo

superior de desarrollo intelectual, de acuerdo con las necesidades y condiciones de cada uno. En consecuencia, según la posición constructivista:

El conocimiento no es una copia de la realidad, sino una construcción del ser humano.

¿Con qué instrumentos realiza la persona dicha construcción? Fundamentalmente con los esquemas que ya posee, es decir, con lo que ya construyó en su relación con el medio que le rodea. Dicho proceso de construcción depende de dos aspectos fundamentales:

1. De los conocimientos previos o representación que se tenga de la nueva información, o de la actividad o tarea a resolver.
2. De la actividad externa o interna que el aprendiz realice al respecto usando sus aprendizajes previos. (Tunnermann, 2011)

El modelo constructivista le permite al estudiante generar sus propios conocimientos, con base en esto se tomara la ludoteca como espacio para generarlos mediante la implementación de los espacios E.S.A.R, estos harán que el estudiante parta de un conocimiento previo de higiene y lo desarrolle tanto en actividades internas y externas de la institución.

### **Contenidos generales del programa y temáticas a abordar:**

Se presentará el cronograma de actividades en donde se detallan las fechas, contenidos a trabajar, metodología y criterios de evaluación del programa durante el periodo de la aplicación que se basan en las actividades de hábitos de higiene expuestas a continuación:

#### ***Conocer mi cuerpo***

El primer recurso que poseen los niños y las niñas para comunicarse y relacionarse con el mundo que los rodea son las posibilidades motrices; ya que por medio del propio movimiento, los niños y las niñas aprenden a conocer su propio cuerpo y a utilizarlo como medio de expresión e intervención en el medio. Sobre este eje, construirán su identidad. (García 2007)

#### ***Sana alimentación***

La alimentación adecuada en el niño favorecerá todos los procesos de formación integral ayudándolo así a crecer sanamente.

#### ***Hábitos de aseo***

Unos adecuados hábitos de aseo proporcionaran en el niño un sentimiento de orgullo que elevara su autoestima.

#### ***Actividades físicas para la salud***

La actividad física brinda una condición apta para adquirir mejores defensas contra virus y bacterias.

### ***Saberme vestir***

La imagen personal hará que los niños se sientan más seguros frente a sus compañeros y demás personas de su comunidad.

### ***Cuido mis dientes***

El cuidado de los dientes es fundamental para una buena higiene bucal y adquisición de su mantenimiento para toda la vida

### **Metodología del programa**

Descubrimiento guiado y asignación de tareas:

La primera metodología implementa una relación particular entre el profesor y el alumno. El primero plantea una serie de problemas en las tareas que se están ejecutando para que el segundo las resuelva. El profesor debe esperar las respuestas y no intervenir, salvo en casos necesarios y sólo para dar sugerencias, jamás da la respuesta, y una vez obtenida ésta del alumno, la refuerza. Lo más importante es que la actividad principal la realiza el alumno, es él quien descubre, el profesor le guía mediante múltiples preguntas de carácter intermedio.

La segunda metodología se acopla a las respuestas y necesidades que tenga el niño, no se pueden generar tareas más complicadas si el niño no demuestra avances, a su vez muestra las necesidades que tiene el niño y por las cuales no puede lograr desarrollar una tarea así que se complementa de manera mutua.



Para el desarrollo de este proyecto se opta por la realización de actividades prácticas centradas en vivencias, acción que permite motivar a la comunidad educativa objeto de estudio. La estrategia metodológica está encaminada al logro del fortalecimiento de la temática que comprende la higiene personal, partiendo de las vivencias de los niños y desarrollándolas en los seis espacios del sistema ESAR, que estará apoyado por las dos metodologías mencionadas anteriormente. Todo el proceso de enseñanza aprendizaje está centrado en los estudiantes como sujetos activos de él, es decir, es una metodología activa y de acción participativa. Las actividades se irán desarrollando en consecutivo con las destrezas que el estudiante irá desplegando paulatinamente en la ludoteca estudiantil.

### **Criterios de evaluación del programa**

La evaluación será mediante la observación directa permanente ya que se requiere saber si se subió o bajo la dificultad de las tareas o si deba modificarse por una del mismo nivel de dificultad pero con otras variantes, que tal vez faciliten más al niño lograrla y así poder avanzar en el proceso de la investigación y solución del problema.

Las técnicas basadas en la observación son ventajosas por dos aspectos fundamentales: en primer lugar porque informa al alumno de su ejecución y los posibles errores y en segundo lugar porque puede efectuarse durante todo el proceso, ya que la observación se realiza en cualquier momento sobre las tareas de aprendizaje, M.E.C. (1992: 117)

## Cronograma de actividades

| Educación física   |         |    |    |       |   |    |    |       |    |    |    |      |    |    |    |
|--|---------|----|----|-------|---|----|----|-------|----|----|----|------|----|----|----|
| Cronograma de actividades  |         |    |    |       |   |    |    |       |    |    |    |      |    |    |    |
| Periodo 2018-1   |         |    |    |       |   |    |    |       |    |    |    |      |    |    |    |
| Cesar Giovanni Cárdenas Vargas – Andrés Felipe Martínez Ortiz  |         |    |    |       |   |    |    |       |    |    |    |      |    |    |    |
| Instituto técnico industrial Francisco José de Caldas Sede D – Grado T1 (La ludoteca como promotora de higiene en la escuela |         |    |    |       |   |    |    |       |    |    |    |      |    |    |    |
| Mes  | Febrero |    |    | Marzo |   |    |    | Abril |    |    |    | Mayo |    |    |    |
| Fechas   | 8       | 15 | 22 | 1     | 8 | 15 | 22 | 5     | 12 | 19 | 26 | 3    | 10 | 17 | 24 |
| Estrategias pedagógicas  |         |    |    |       |   |    |    |       |    |    |    |      |    |    |    |
| Evaluación   |         |    |    |       |   |    |    |       |    |    |    |      |    |    |    |
| Unidad 1   |         |    |    |       |   |    |    |       |    |    |    |      |    |    |    |
| Conocer mi cuerpo  | X       | X  |    |       |   |    |    | X     | X  |    |    |      |    |    | X  |
| Saberme vestir   |         | X  | X  |       |   |    |    | X     | X  |    |    |      |    |    |    |
| Actividades físicas para la salud  |         |    | X  | X     |   |    |    |       |    | X  | X  |      |    |    |    |
| Unidad 2   |         |    |    |       |   |    |    |       |    |    |    |      |    |    |    |
| Sana alimentación  |         |    |    | X     | X |    |    |       |    | X  | X  |      |    |    |    |
| Hábitos de aseo  |         |    |    |       | X | X  |    |       |    |    |    | X    | X  |    |    |

PROGRAMA DE ACTIVIDADES UNIDAD 1

| CONTENIDO         | LOGROS   | ESTRATEGIAS<br>PEDAGOGICAS   | ESTRATEGIAS<br>DE<br>EVALUACION                                  |
|-------------------|--|--|--|
| Conocer mi cuerpo | Reconocer las partes externas e internas del cuerpo humano.                          | En grupos de máximo 5 niños ubicados en el rincón (A) armado, se trabaja mediante la utilización de loterías referentes a partes del cuerpo y sus cuidados, haciendo que el niño busque que parte de cuerpo va en su lugar correspondiente | Observación continua con seguimiento e intervención del educando |
|                   | Iniciarse en el conocimiento y cuidado de su propio cuerpo y el de los otros.        |  |  |
|                   | Adquirir hábitos y nociones que le permitan mantener la salud y prevenir accidentes. |  |  |
| Saberme vestir    | Promover el cuidado del uniformes institucionales                                    | Mediante la utilización del rincón (S) se realizaran actividades de dramatización y juegos de roles con objetos como muñecos de trapo y títeres, que tengan que ver como se debe organizar la ropa   | Observación continua con seguimiento e intervención del educando |
|                   | Mejorar sus hábitos de aseo respecto a su ropa                                       |  |  |

|                   |   |   |                                      |
|-------------------|---|---|--------------------------------------|
|                   |   | que se lleva y el cuidado correspondiente que se le debe dar.   |                                      |
| Cuido mis dientes | Promover el uso del cepillo de dientes después de cada comida | El ratón Pérez: en grupos conformados por 4 niños reunidos en el rincón (R) el educando pondrá reglas específicas en sobre el uso y cuidado del cepillo de dientes, si alguien no cumple las reglas vendrá el ratón Pérez (educando 2) y le quitara un diente al estudiante | Observación continua con seguimiento |

| CESAR GIOVANNI CÁRDENAS VARGAS – ANDRÉS FELIPE MARTÍNEZ ORTIZ |   |   |  |
|---|---|---|--|
| PROGRAMA DE ACTIVIDADES UNIDAD 2                              |   |   |  |
| CONTENIDO   | LOGROS  | ESTRATEGIAS PEDAGOGICAS   | ESTRATEGIAS DE EVALUACION  |
| Sana alimentación   | Reconocer la importancia de los alimentos saludables para el crecimiento sano del | Se arman con los niños grupos de 4 en el rincón (A) donde hay previamente afiches representativos de alimentos saludables, ya con los grupos organizados se dispone a repartir fichas pagables de alimentos saludables y no saludables, estos tendrán que ir en los afiches correspondientes y pegarlos | Observación continua con seguimiento e intervención del educando |

|                 |   |   |  |
|-----------------|---|---|--|
|                 | cuerpo  | <p>donde es. Después de organizar la fase previa de la actividad se realiza una charla con preguntas por medio del educando donde se indaguen las ideas previas de los niños sobre los alimentos de las fichas, las preguntas son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Conocen esas imágenes de las fichas que vieron? ¿Qué les parece que son?</li> <li>- ¿Cuál de todas esas comidas es la que más les gusta?</li> <li>- ¿ustedes comen algunos de esos alimentos?</li> <li>- ¿para qué creen que nos sirven esos alimentos? ¿creen que nos ayudan a crecer sanos o no?</li> <li>- ¿Quién se los prepara?</li> </ul> |  |
| Hábitos de aseo | <p>Adquirir conocimientos de higiene y la influencia que esta tiene en la salud</p> <p>Conocer los medios necesarios para el mantenimiento de una</p> | <p>En la utilización del rincón (S) los niños y niñas imitaran roles de la vida diaria divirtiéndose con sus compañeros, expresan verbalmente el deseo de bañarse a diario y lavarse los dientes y las manos antes y después de comer, la mayoría poseen un lenguaje acorde a su edad cronológica.</p> <p>Invitar a los niños y niñas y presentar una maleta con distintos tipos de ropa y objetos de hábito de higiene para dramatizar personajes de la vida diaria.</p>   | Observación continua con seguimiento e intervención del educando |

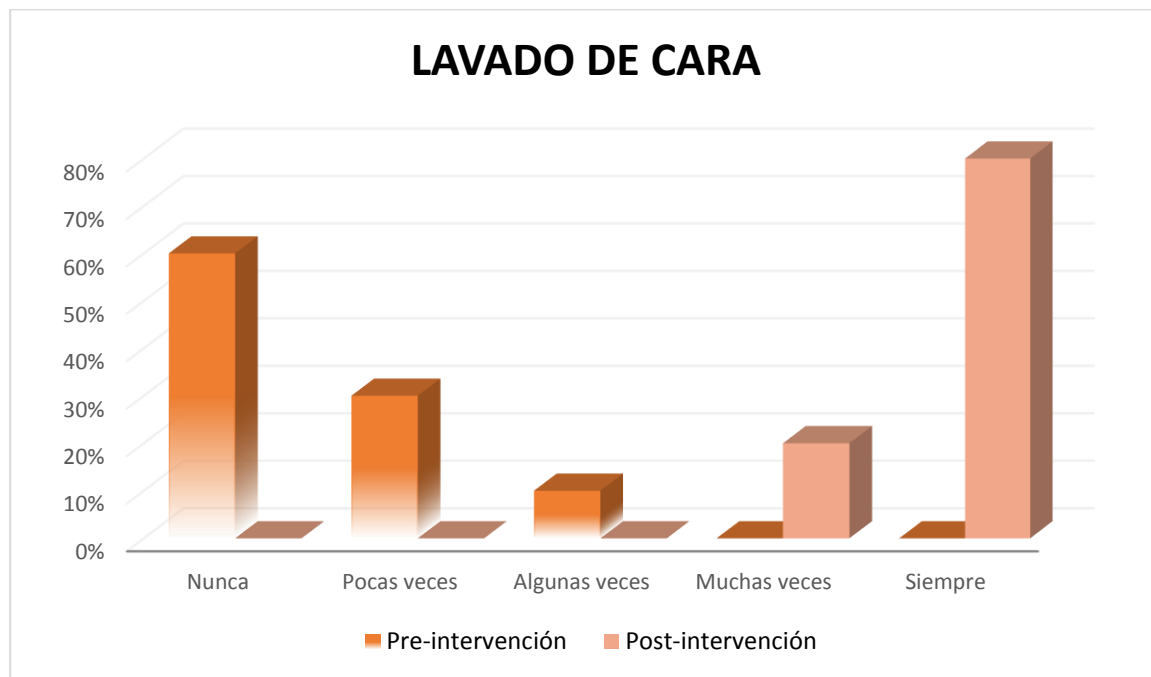
|                                   |   |  |  |
|-----------------------------------|---|--|--|
|                                   | adecuada<br>higiene<br>personal           | Mediante el rincón (A) se dará un rompecabezas sobre la imagen de un niño lavándose las manos, cepillándose los dientes, para que lo armen y desarmen. |  |
| Actividades físicas para la salud | Mejorar la formación física y autoestima. | Mediante la utilización del rincón (E) se realizara juego libre  | Observación continua con seguimiento e intervención del educando |
|                                   | Potenciar su relación con el entorno.     |  |  |

## Capítulo Tres: Análisis de resultados

En este capítulo se presenta la recopilación de datos de la encuesta tipo Likert. Posteriormente se realiza en análisis de la misma y se dan conclusiones referentes al proceso investigativo determinando si fue positivo o negativo.

### Encuesta tipo Likert

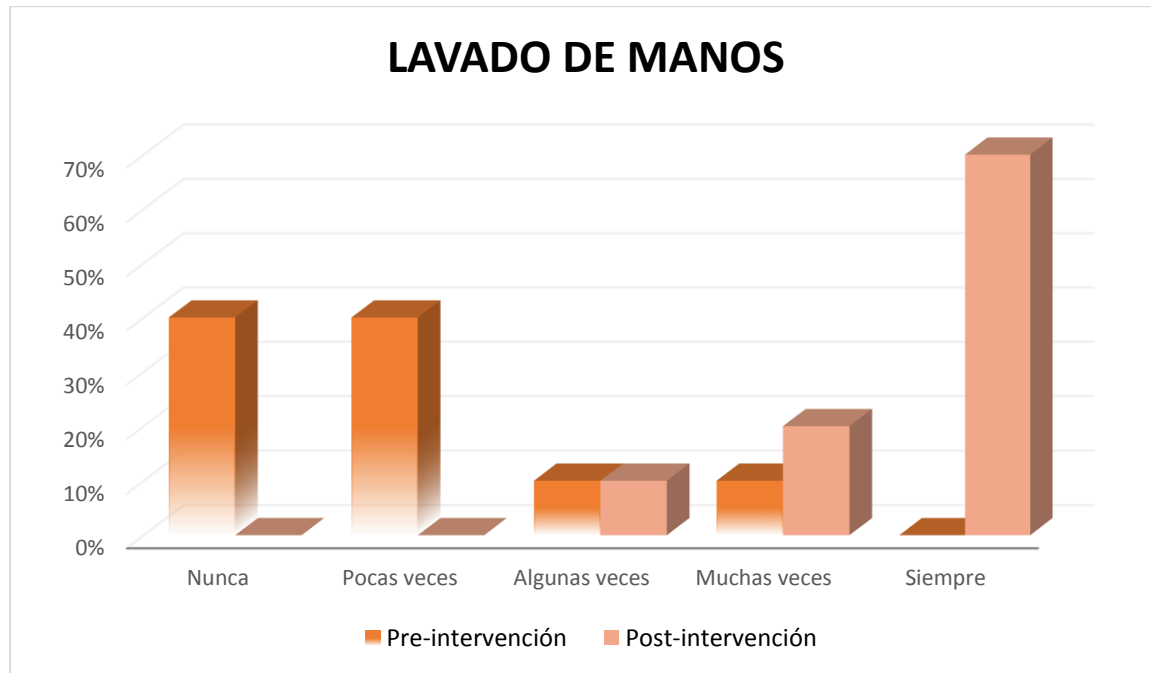
1. Pre-intervención: Se evidencio en los resultados de la pre-intervención que el 60% de los encuestados observaron que los estudiantes nunca se lavan la cara, el 30% observa que pocas veces se lavan la cara y solo el 10% responden que algunas veces se lavan la cara.



*Ilustración 1 Pregunta 1 ¿con que frecuencia se lavan los estudiantes la cara?*

Post-intervención: Se evidencio en los resultados de la post-Intervención que el 80% de los encuestados observaron que los estudiantes lavan su cara siempre y que además usan jabón al momento de hacerlo y que el otro 20 % solo lo hace frecuentemente

2. Pre-intervención: Se evidencio en los resultados de la pre-intervención que el 40% de los encuestados observaron que los estudiantes nunca o muy pocas veces lavan sus manos y el 10 % solo algunas veces, siendo necesario que este hábito sea reforzado.

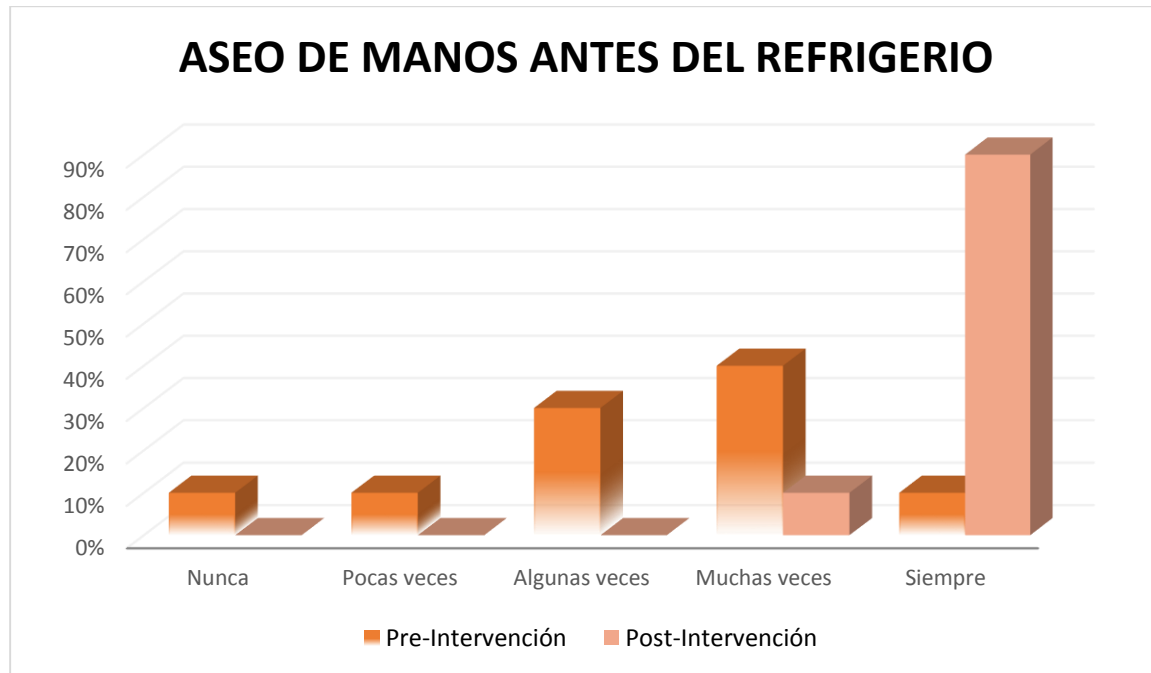


*Ilustración 2 Pregunta 2 ¿Con que frecuencia se lavan las manos después de hacer alguna actividad?*

Post-intervención: Se evidencio en los resultados de la post-Intervención que el 70% de los encuestados observaron que los estudiantes lavan sus manos con más frecuencia después de jugar, hacer trabajos de clase o después del descanso, aunque este hábito no estaba tan desarrollado, se logró que los estudiantes lo reforzaran.



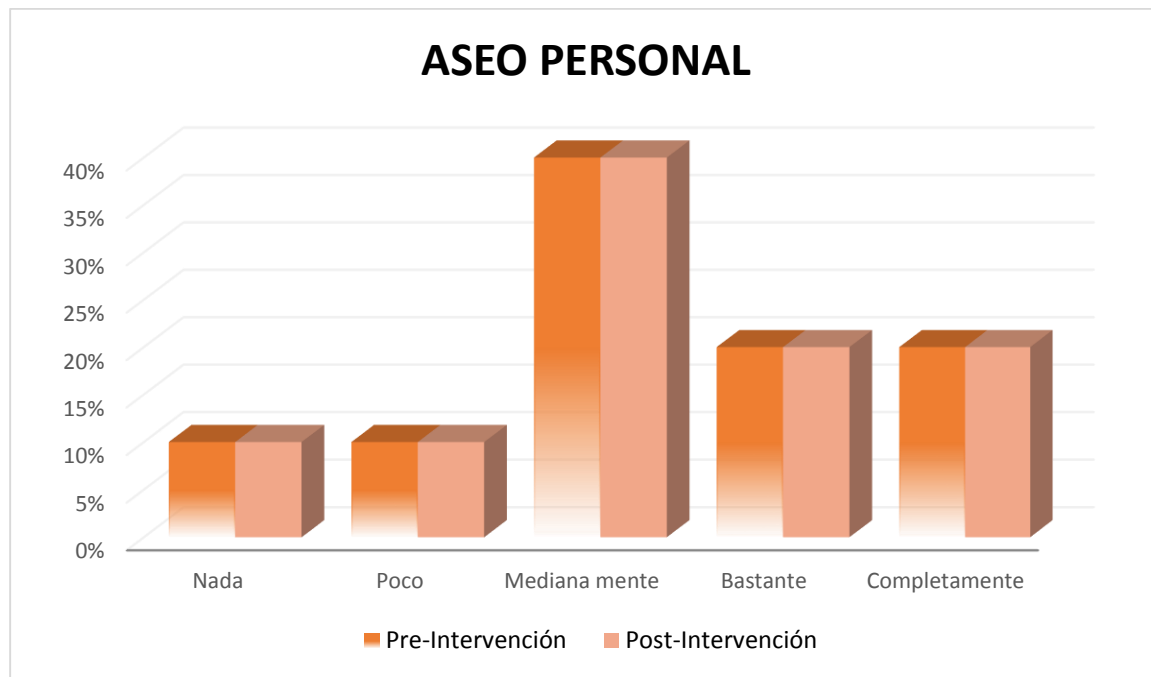
3. Pre-intervención: Se evidencio en los resultados de la pre-Intervención que el 40% de los encuestados observaron que los estudiantes algunas veces lavan sus manos antes de ingerir el refrigerio estudiantil y tan solo el 10 % nunca o muy pocas veces lo hace



*Ilustración 3 Pregunta 3 ¿Antes de recibir el refrigerio los estudiantes asean sus manos?*

Post-intervención: Se evidencio en los resultados de la post-Intervención que el 90% de los encuestados observaron que los estudiantes lavan sus manos siempre antes de ingerir cualquier alimento, ya sea a la hora del refrigerio o a la hora de comer las onces que les envían en la lonchera sus padres y tan solo el 10% lo hace con mucha regularidad

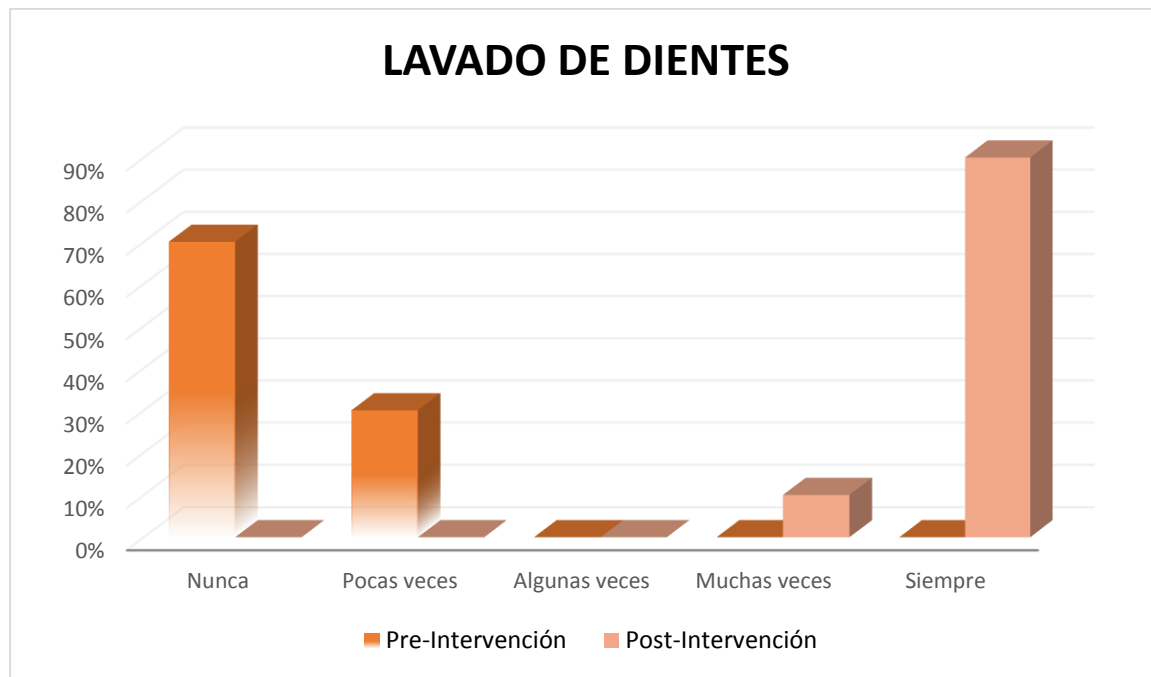
4. Pre-intervención: Se evidencio en los resultados de la pre-Intervención que el 40% de los encuestados observaron que los estudiantes llegan de sus hogares con un aseo moderado y prendas de vestir están limpias los primero días de la semana, pero cuando se usa repetidamente el uniforme se nota la suciedad debido a que los padres no lo lavan todos los días.



*Ilustración 4 Pregunta 4 ¿Cuándo empieza la jornada escolar que tan aseados llegan los estudiantes de sus hogares?*

Post-intervención: Se evidencio en los resultados de la post-Intervención que el 40% de los encuestados observaron que los estudiantes no tuvieron ninguna mejora con el cuidado del uniforme durante la semana ya que no se puede controlar la higiene del estudiante en el hogar.

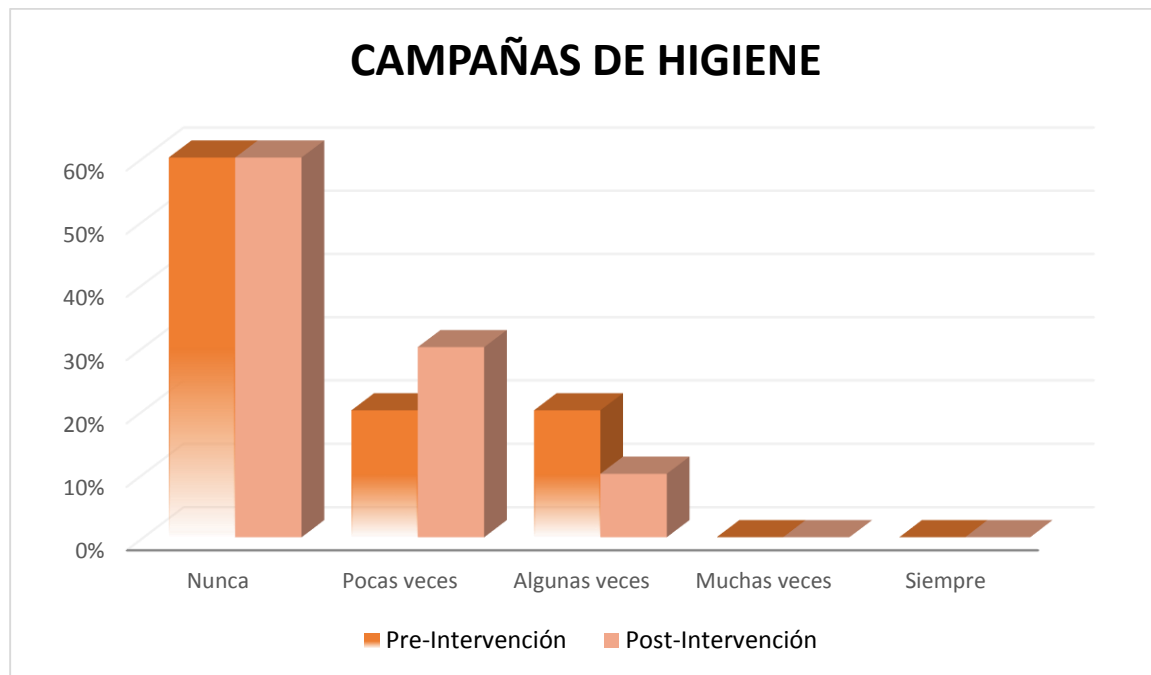
5. Pre-intervención: Se evidencio en los resultados de la pre-Intervención que el 70% de los encuestados observaron que los estudiantes no se lavan los dientes con regularidad después de comer, además se logran identificar dos casos en el salón de estudiantes que tienen los dientes en muy mal estado, una de ellas con los dientes negros causado por el Sarro.



*Ilustración 5 Pregunta 5 ¿Qué tanto se lavan los dientes los estudiantes después de comer el refrigerio?*

Post-intervención: Se evidencio en los resultados de la pre-Intervención que el 80% de los encuestados observaron que los estudiantes se lavan los dientes siempre después de consumir los alimentos del refrigerio, también los resultados en los dos estudiantes que tenían sarro son positivos.

6. Pre-intervención: Se evidencio en los resultados de la pre-Intervención que él 60% de los encuestados observaron que la institución no utilizaba el programa para la prevención y promoción de hábitos de higiene (sintonizarte), haciendo que los estudiantes no presentaran mejoras.



*Ilustración 6 Pregunta 6 ¿Con que frecuencia el colegio brinda campañas en donde se promueva el aseo y la higiene?*

Post-intervención: Se evidencio en los resultados de la pre-Intervención que él 60% de los encuestados observaron que la institución no mejoro con la campaña de higiene impuesta por ellos, haciendo que la propuesta pedagógica de los practicantes tuviera más relevancia en ella.

7. Pre-intervención: Se evidencio en los resultados de la pre-Intervención que él 60% de los encuestados observaron que el colegio tiene los suficientes implementos de aseo en el salón de materiales, pero que el problema es que ellos no hacen uso de ellos.



*Ilustración 7 Pregunta 7 ¿Qué cantidad de implementos de aseo tiene el colegio para el uso con los estudiantes?*

Post-intervención: Se evidencio en los resultados de la pre-Intervención que él 90% de los encuestados observaron que mediante la intervención de los practicantes se logra que los implementos de aseo se usen con regularidad aprovechando los recursos de la institución.

### **Focus Group:**

Al finalizar cada uno de los semestre se práctica, se realizó un Focus Group con el fin de socializar con los compañeros y con las profesoras si las estrategias que se implementaron ayudaron a los estudiantes a mejorar sus hábitos de higiene.

El Focus Group realizado en el primer semestre de práctica se orientó al diseño de la propuesta de intervención que sería implementado en el segundo semestre, en esta reunión se tomaron ideas de los participantes que ayudaron a estructurar mejor los contenidos.

El Focus Group del segundo semestre se centró en discutir si los estudiantes presentaron avances en el desarrollo de sus hábitos de higiene y cuáles de esos hábitos era necesario reforzar un poco más.

Por último, el Focus Group del tercer semestre de práctica, tuvo como finalidad determinar si los estudiantes habían tomado conductas como lavar sus manos, su cara y sus dientes, como hábitos puesto que era el objetivo primordial de esta investigación.

### **Categorías de análisis**

#### **Diversidad de hábitos de higiene**

Los estudiantes de transición 1 logran aprender los diferentes hábitos de higiene como: lavarse la cara después de hacer alguna actividad física, lavarse las manos antes y después de consumir alimentos, lavarse los dientes después de comer y mantener lo más limpio posible la ropa.

#### **Cuidado del cuerpo**

Los estudiantes de transición 1 reconocen las partes del cuerpo y como deben cuidar cada una de ellas puesto que cada una tiene un cuidado diferente.

#### **Conocimiento del cuerpo y el Género**

Los estudiantes de transición 1 identifican las partes del cuerpo del género opuesto y aprenden a respetar a sus pares.

### **Tipo de juego que ayuda a la apropiación de hábitos de higiene**

Los juegos del rincón E (Ejercicio) de la ludoteca ayudan a fortalecer los hábitos como: Lavarse las manos y la cara.

Los juegos del rincón S (Simbólicos) de la ludoteca ayudan a fortalecer los hábitos como: Lavares los dientes.

Los juegos del rincón A (Armado) de la ludoteca ayudan a fortalecer los hábitos como: Ayuda a los estudiantes a conocer los distintos hábitos.

Los juegos del rincón R (Reglas) de la ludoteca ayudan a fortalecer los hábitos como: Seguir parámetros para la forma apropiada de practicar dichos hábitos

## Conclusiones

Los instrumentos de recolección de datos para el diagnóstico arrojan resultados acerca de lo desarrollados que se pueden encontrar los hábitos de higiene en los estudiantes de transición 1 del Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas. De allí surge la necesidad por parte de los investigadores de este proyecto de generar procesos para afianzar y potenciar el apropiamiento de hábitos de higiene que los estudiantes presentan poco desarrollados.

Se toma la decisión de diseñar una propuesta pedagógica y la herramienta principal es el uso de la Ludoteca que posee el colegio teniendo como base el sistema ESAR.

Una vez realizada la propuesta didáctica se quiso enfatizar en los es estudiantes la importancia de los hábitos de higiene, y como a través de el afianzamiento de ellos se corren menos riesgos de sufrir enfermedades causadas por condiciones antihigiénicas.

Este estudio realizado entre el segundo semestre de 2017 y el segundo semestre de 2018 tuvo como objetivo implementar una propuesta basada en el uso de la Ludoteca para dar solución a la problemática encontrada en el colegio sobre los hábitos de higiene.

Los estudiantes de transición 1 presentaron una notable mejora en cuanto a sus hábitos de higiene gracias a las actividades presentadas en los espacios de la Ludoteca. También se logra ver que los estudiantes mejoran en el respeto hacia su cuerpo y al cuerpo de sus compañeros gracias a algunos contenidos presentados en el programa de intervención.

Es importante aclarar que tratándose de “Hábitos” la colaboración de la profesora titular del curso transición es primordial, ya que se tiene que reforzar continuamente y los espacios de práctica son insuficientes para la apropiación de conductas asociadas a la repetición constante como los son los “hábitos”.



Habiendo aclarado esto se puede concluir que el ejercicio investigativo es positivo, puesto que se lograron cambiar y mejorar algunos hábitos de higiene basados en el uso de la Ludoteca en los estudiantes del curso transición 1 del Instituto Técnico Industrial Francisco José de Caldas

## **Bibliografía**

Arias, A. (27 de abril de 2015). *slideshare.net*. Obtenido de [https://es.slideshare.net/jenifermora28/instrumentos-de-investigacion-cualitativa?next\\_slideshow=1](https://es.slideshare.net/jenifermora28/instrumentos-de-investigacion-cualitativa?next_slideshow=1)

Bojacá Santiago, P., Garzón, M., Flórez Culman, A., Sabalza Pájaro, I. and Sánchez, N. (2016). Corporación día de la niñez. [online] Juegoyninez.org. Available at: [http://juegoyninez.org/wp-content/uploads/2018/03/Lineamientos\\_Ludotecas\\_2017\\_Resolucion\\_Baja.pdf](http://juegoyninez.org/wp-content/uploads/2018/03/Lineamientos_Ludotecas_2017_Resolucion_Baja.pdf) [Accessed 30 May 2018].

Caraballo, A. (2015). Alimentación del niño preescolar. [Online] Guiainfantil.com. Available at: <https://www.guiainfantil.com/salud/alimentacion/preescolar.htm> [Accessed 30 May 2018].

Chire, D., & chire, M. (abril de 2011). Fortalecimiento De La Higiene Personal . venezuela.

Jewllet, N. y. (1980). 28.

García, A., & Vera, M. (2002). *Dialnet*. Recuperado el 21 de octubre de 2018, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5031053>

García Ramírez, E. (2007). El conocimiento y el control del propio cuerpo en la infancia.  
[Online] Efdeportes.com. Available at: <http://www.efdeportes.com/efd107/el-control-del-propio-cuerpo-en-la-infancia.htm> [Accessed 30 May 2018].

Gaeta, M. L., Cavazos, J. & Cabrera, M. del R. L. (2017). Habilidades autorregulatorias e higiene bucal infantil con el apoyo de los padres. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15(2), pp. 965-978. DOI:10.11600/1692715x.1521109022016

Garon, D., Filion, R. and Doucet, M. (1996). El sistema ESAR. Un método de análisis psicológico de los juguetes.. *AIJU*, p.142.

Ruiz Barrera, J. (2011). La higiene en la niñez colombiana a principios del siglo xx. *Revista virtual de investigación en historia, arte y humanidades*, 1(2).

Montenegro, I., Bojacá, S., Flórez Culman, A., Sánchez Londoño, N., García Hernández, D., Barrero Valencia, R., González, N., Correa, P., Castellanos, M., Gutiérrez, E. and Pernet, L. (2014). *Libro Metodología Naves*. 1st ed. Bogota D.C: maviva impresores, p.132.

Solas, J. (2006). Obtenido de <http://edficas.blogspot.com.co/>

Soto Lesmes, V., Gómez Ramírez, O., Parrado, Y., Hernández Rodríguez, P. and Gómez, A. (2017). Caracterización de hábitos de higiene y ambientes en lugares de atención integral a población infantil. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 2

Tunnermann, C. (enero-marzo de 2011). *redalyc*. Recuperado el 21 de 10 de 2018, de <http://www.redalyc.org/html/373/37319199005/>

Vergara, C. (20 de 9 de 2017). *actualidades de psicologia*. Recuperado el 21 de 10 de 2018, de <https://www.actualidadenpsicologia.com/que-es/etapa-preoperacional/>